युग यज्ञ पद्धति

विषय प्रवेश

* * *

युग निर्माण योजना के अंतर्गत-सद्भाव एवं सद्विचार संवर्धन के लिए गायत्री साधना तथा सत्कर्म के विकास-विस्तार के लिए यज्ञीय प्रक्रिया को आधार बनाकर, परम पूज्य गुरुदेव के प्रत्यक्ष मार्गदर्शन में एक जन-अभियान प्रारंभ किया गया था। दैवी अनुशासन एवं निर्देशों का पूरी तत्परता-पूरी निष्ठा से पालन होने से, दैवी संरक्षण में यह अभियान आश्चर्यजनक गति से बढ़ता चला गया।

समय की माँग को ध्यान में रखकर यज्ञीय प्रक्रिया को अधिक सुगम तथा अधिक व्यापक बनाने के लिए अनेक कदम उठाये गये, जिनके कारण जन-जीवन में यज्ञीय भावना का प्रवेश कराने में पर्याप्त सफलता मिलती चली गयी। इसी क्रम में दीप यज्ञों का अवतरण हुआ, जो अत्यधिक प्रभावशाली एवं लोकप्रिय सिद्ध हुए। इनमें कम समय, कम श्रम तथा कम साधनों से भी बड़ी संख्या में व्यक्ति यज्ञीय जीवन पद्धति से जुड़ने लगे। दीपक-अगरबत्ती सभी धार्मिक स्थलों में प्रज्वलित होते हैं, इसलिए उस आधार पर सभी वर्गों के लोग बिना किसी झिझक के दीपयज्ञों में सम्मिलित होते रहते हैं।

कुण्डीय यज्ञ लम्बे समय तक कई पारियों में होते हैं। श्रद्धालु किसी एक पारी में ही शामिल होकर चले जाते हैं। प्रारंभ और अंत के उपचारों से सम्बन्धित प्रेरणाओं से अधिकांश लोग वंचित ही रह जाते हैं। दीपयज्ञों की सारी प्रक्रिया लगभग डेढ़ घंटे में पूरी हो जाती है। अस्तु, सम्मिलित होने वाले सभी जन पूरी प्रक्रिया का, यज्ञीय दर्शन एवं ऊर्जा का पूरा-पूरा लाभ प्राप्त करते हैं।

इस अभियान को और अधिक गति मिली, युग यज्ञ पद्धति से। जिसमें श्लोकों के स्थान पर संस्कृत मन्त्रों का उपयोग किया गया।

शास्त्रों के निर्माण में श्लोक पद्धति और सूत्र पद्धति दोनों का उपयोग हुआ है। योग दर्शन, ब्रह्मसूत्र आदि ग्रंथ श्लोक पद्धति में नहीं, सूत्र पद्धति में ही हैं। समय की माँग के अनुरूप युग यज्ञ पद्धति सूत्र प्रधान है। समझने, बोलने, दुहराये जाने में सुगम होने के कारण यह पद्धति देश-विदेश में बहुत लोक प्रिय हुई। परिजनों ने आग्रह किया कि इस पद्धति को पहले छपी पद्धतियों की तरह भावनाओं-प्रेरणाओं एवं क्रिया निर्देशों को टिप्पणियों सहित छापा जाय, ताकि यज्ञ संपन्न कराने वालों के लिए अधिक प्रेरणा का लाभ मिल सके।

प्रस्तुत संस्करण इसी आवश्यकता की पूर्ति हेतु निकाला गया है। इसमें, प्रेरणा प्रकरण में दर्शन तथा महत्त्व प्रदर्शित किया गया है। इसका सारांश, समय और समुदाय के स्तर के अनुसार सुगम भाषा में समझाया जा सकता है। क्रिया और भावना सम्बन्धी निर्देशों का उपयोग विवेकपूर्वक करते हुए जन-जन को यज्ञीय जीवन प्रक्रिया के साथ जोड़ा जा सकता है।

कार्यक्रम में भाग लेने वाले, हर कर्मकाण्ड की प्रेरणा सुनने-समझने के बाद जब सूत्रों को स्वयं दोहराते हैं, तो वे भाव उनके अपने संकल्प के रूप में मानस में स्थान बना लेते हैं। इस प्रकार सुगमता से जन-जीवन में मानवीय आदर्शों की स्थापना होती चलती है।

कोई भी सुशिक्षित लोकसेवी मानस के कार्यकर्त्ता, दो-चार दिन के अभ्यास से ही इस विधि से यज्ञ संचालन की कुशलता प्राप्त कर सकते हैं। इसके माध्यम से जन मानस के परिष्कार के अभियान को तीव्रगति से व्यापक बनाया जाना संभव है।

—ब्रह्मवर्चस

पूर्व व्यवस्था

दीप यज्ञ के लिए श्रद्धालु याजकों को तैयार किया जाए। उन्हें समझाया जाय कि समस्याओं के विनाशकारी बादलों को छाँटने के लिए, उज्ज्वल भविष्य की संरचना के लिए स्थूल प्रयासों के साथ-साथ आध्यात्मिक-भावनात्मक पुरुषार्थ भी आवश्यक है। सभी धर्मों में सामूहिक प्रार्थना, सामूहिक साधनात्मक प्रयोगों को अधिक प्रभावशाली माना गया है। मनुष्यता को विनाश से बचाकर उज्ज्वल भविष्य की ओर ले जाने के लिए ईश्वरीय संकल्प उभरा है। अपनी आत्म चेतना, भावना, विचारणा और कार्यकुशलता को ईश्वरीय प्रयोजन के साथ जोड़ने के लिए ही दीपयज्ञ का सामूहिक-आध्यात्मिक प्रयोग किया जाता है। हर भावनाशील, विचारशील, जनहित चाहने वाले को इसमें भावनापूर्वक भाग लेना चाहिए।

दीप यज्ञ की विशालता अथवा सफलता का मूल्यांकन दीपकों की संख्या से नहीं, भगवान् के साथ साझेदारी की भावना से जुड़ने वाले याजकों की संख्या के आधार पर किया जाना चाहिए। दीपयज्ञ में सम्मिलित होने के लिए व्यक्तिगत सम्पर्क द्वारा नर-नारियों को उद्देश्य समझाकर, भावनाएँ जगाकर सम्मिलित होने के लिए प्रेरित करना चाहिए। घरेलू-मोहल्ला स्तर के छोटे कार्यक्रमों में केवल चर्चा करने से काम चल जाता है, बड़े कार्यक्रमों के लिए अपना उद्देश्य प्रकट करने वाले पर्चे छपवाकर बाँटने, याजक संकल्प पत्र भरवाने की व्यवस्था करना अच्छा रहता है। संकल्प पत्रों के आधार पर बाद में सम्पर्क करके उन्हें सक्रिय बनाना सुगम हो जाता है।

आयोजन की सफलता के लिए विशेष जप, गायत्री मंत्र लेखन, चालीसा पाठ आदि कराना अच्छा रहता है। इससे भावनात्मक एकता बढ़ती है। आत्म विकास और आत्म परिष्कार के लाभ तो इतने व्यापक हैं कि कालान्तर में लोग उनसे अपने आप को धन्य हुआ ही

दीप यज्ञ घरों में, पारिवारिक छोटे स्तर से लेकर नगर एवं क्षेत्रीय स्तर तक विशाल रूप में किये जा सकने में सुविधाजनक है। लोगों में उत्साह हो, तो हर याजक अपने साथ दीपक एवं अगरबत्ती (स्टैण्ड सहित) एक थाली या तश्तरी में रखकर ला सकता है। साथ ही रोली, अक्षत एवं फूल भी हों।

यदि ऐसा संभव नहीं,तो आयोजन की विशालता के अनुरूप संख्या में दीप एवं अगरबत्तियाँ मंच पर अथवा चौकियों-मेजों पर एक साथ सजाकर रखने की व्यवस्था की जाए। उन्हें इस ढंग से सजाया जाए कि प्रज्वलित होने पर सब लोग उन्हें देख सकें।

सम्मिलित होने वालों की संख्या के अनुसार, व्यवस्था के लिए चुने हुए स्वयं सेवक तैयार रखे जायें। उन्हें संचालक के निर्देशों के अनुरूप ठीक समय पर ठीक क्रिया करने का प्रशिक्षण पहले से ही दे दिया जाय। समुचित संख्या में सिंचन के लिए पात्र, रोली, अक्षत, पुष्प, कलावा आदि रखे जायें। उनके उपयोग का सही समय और सही ढंग स्वयं सेवकों को समझा दिया जाए। ऐसा करने से कर्मकाण्ड का प्रवाह टूटता नहीं और वातावरण अधिक प्रभावशाली बन जाता है।

प्रारंभ में एकाध कीर्तन या गीत करवा कर, वातावरण में शान्ति एवं सरसता पैदा करके कर्मकाण्ड प्रारम्भ करना अच्छा रहता है। प्रेरणाप्रद टिप्पणियों, गीतों, क्रिया निर्देशों तथा कर्मकाण्ड आदि का विस्तार समय और परिस्थितियों के अनुरूप विवेक के आधार पर किया जाए। पुस्तिका में आवश्यक सूत्र- संकेत दिये गये हैं। समय और वातावरण के अनुरूप उनका संक्षेप या विस्तार किया जा सकता है। ध्यान रखा जाए कि विवेचन लम्बे या नीरस न होने पायें। यज्ञ के अनुरूप भावनात्मक प्रवाह बना रहे।

१. पवित्रीकरणम्

१-१. प्रेरणा - यज्ञ शुभकार्य है, देवकार्य है। यज्ञ के प्रयोग में आने वाली हर वस्तु शुद्ध और पवित्र रखी जाती है। देवत्व से जुड़ने की पहली शर्त पवित्रता ही है। हम देवत्व से जुड़ने के लिए, देव कार्य करने योग्य बनने के लिए मंत्रों और प्रार्थना द्वारा, भावना, विचारणा एवं आचरण को पवित्र बनाने की कामना करते हैं।

१-२. क्रिया और भावना - सभी लोग कमर सीधी करके बैठें। दोनों हाथ गोद में रखें। आँखें बन्द करके ध्यान मुद्रा में बैठें।

- अब मंत्रों सहित जल सिंचन होगा। भावना करें कि हम पर पवित्रता की वर्षा हो रही है।

- हमारा शरीर धुल रहा है- आचरण पवित्र हो रहा है।
- हमारा मन धुल रहा है- विचार पवित्र हो रहे हैं।
- हमारा हृदय धुल रहा है- भावनाएँ पवित्र हो रही हैं।

१-३. (सिंचन करने वालों को संकेत करें तथा सिंचन मंत्र सूत्र खंड-खंड में दुहरवायें, विराम के स्थानों पर चिह्न (/) लगे हैं।)

- **ॐ पवित्रता मम/मनःकाय/अन्तःकरणेषु/संविशेत्।**

(सब पर सिंचन होने तक पुनःपुनः उक्त वाक्य दुहरायें)

१-४. भावना करें कि हमें पवित्रता का अनुदान मिला, हम अंदर-बाहर से पवित्र हो गये। हाथ जोड़ कर प्रार्थना करें-

- पवित्रता हमें सन्मार्ग पर चलाये- **ॐ पवित्रता नः/ सन्मार्गं नयेत्।**
- पवित्रता हमें महान् बनाये- **ॐ पवित्रता नः/ महत्तां प्रयच्छतु।**
- पवित्रता हमें शान्ति प्रदान करे- **ॐ पवित्रता नः/ शान्तिं प्रददातु।**

२. सूर्य ध्यान-प्राणायामः

२-१. प्रेरणा - सूर्य से इस सारे विश्व में प्राण का संचार होता रहता है। वृक्ष-पशु आदि प्रकृति से सहज क्रम में सीमित प्राण शक्ति धारण करते रहते हैं। मनुष्य में यह क्षमता है कि वह भावनाओं के अनुरूप बड़ी मात्रा में प्राणशक्ति को आकर्षित कर सकता है, धारण कर सकता है। शरीर से सामान्य दिखने पर भी महाप्राण-महामानवों ने असाधारण कार्य किये हैं। हम भी उज्ज्वल भविष्य की दिशा में आगे बढ़ने के लिए विशेष प्राणशक्ति धारण करने का प्रयोग करते हैं।

२-२. क्रिया और भावना - कमर सीधी करके ध्यानमुद्रा में बैठें। ध्यान करें कि हमारे चारों ओर श्वेत बादलों की तरह दिव्य प्राण का समुद्र लहरा रहा है। हम प्रार्थना करें कि-

- हे विश्व के स्वामी- हे महाप्राण, हमें बुराइयों से छुड़ाइये, श्रेष्ठताओं से जोड़िये।

(अधोलिखित मंत्र बोलने के बाद प्राणायाम करने का निर्देश करें।)

ॐ विश्वानि देव सवितर्दुरितानि परासुव, यद्भद्रं तन्नऽआसुव।

क्रिया - धीरे-धीरे दोनों नथुनों से श्वास खींचें, थोड़ा रोकें, धीरे से छोड़ें, थोड़ी देर बाहर रोकें।

भाव निर्देश - प्राणायाम के साथ भावना करें -

- हमारा रोम-रोम सविता का तेज सोख रहा है, हमारा शरीर प्राणवान् बन रहा है।
- हमारा मन सविता का तेज सोख रहा है, हमारा मन तेजस्वी हो रहा है।
- हमारा हृदय सविता का तेज सोख रहा है, हमारा हृदय तेजोमय हो रहा है।
- हम बाहर-भीतर से तेजोमय हो गये हैं।

३. चन्दन धारणम्

३-१. प्रेरणा - तिलक श्रेष्ठ को किया जाता है। शरीर की सारी क्रियाओं का संचालन विचारों से-मस्तिष्क से होता है। शरीर विचारों से चलने वाला यंत्र है। विचारों में श्रेष्ठता का-देवत्व का संचार होता रहे, तो सारे क्रिया-कलाप श्रेष्ठ होते हैं और मनुष्य गौरव प्राप्त करता है। मस्तिष्क को देवत्व का स्पर्श देने के लिए हम तिलक करते हैं।

३-२. क्रिया और भावना - रोली या चंदन, सभी याजक अपनी अनामिका उँगली में लें, उसे सामने रखें तथा दृष्टि उसी पर टिकायें। प्रार्थना करें कि देव शक्तियाँ इस चन्दन-रोली के माध्यम से हमारे मस्तिष्क को सुसंस्कारित बना रही हैं।

प्रार्थनाएँ भावनापूर्वक सुनें, समझें और संस्कृत सूत्र दुहरायें -

--हमारा मस्तिष्क शान्त रहे-

ॐ मस्तिष्कं/ शान्तं भूयात्।

-इसमें अनुचित आवेश प्रवेश न करने पायें-

ॐ अनुचितः आवेशः /मा भूयात्।

-हमारा मस्तिष्क सदा ऊँचा रहे-

ॐ शीर्षं /उन्नतं भूयात्।

-इसमें विवेक सदैव बना रहे-

ॐ विवेकः स्थिरीभूयात्।

इस प्रकार प्रार्थना के बाद गायत्री मंत्र बोलते हुए भावनापूर्वक चंदन-रोली मस्तक पर लगा लें।

४. संकल्प सूत्र धारणम्

४-१. प्रेरणा - पूज्य गुरुदेव का कथन है "मनुष्य महान् है और उससे भी महान् है उसका सृजेता"। इन दिनों मनुष्य मात्र पर समस्याओं के संकट के जो बादल छाये हुए हैं, उनका निवारण इस सृष्टि में केवल मनुष्य ही कर सकता है। यदि मनुष्य को उचित मार्ग न सूझ पड़े अथवा उसकी शक्ति कम पड़े, तो बचने का एक ही

रास्ता रह जाता है कि सृजेता से अधिक प्रखर सूझबूझ एवं शक्ति प्राप्त की जाय। आज ऐसी ही स्थिति है, जब मनुष्य स्वयं पैदा किये संकटों के सामने अपने को लाचार अनुभव कर रहा है। ऐसे में परमात्मा से नयी सूझबूझ एवं सहायता अपेक्षित है।

पूज्य गुरुदेव का वचन है कि 'सृजेता-परमात्मा, मनुष्यता पर छाये संकटों का निवारण करके, उज्ज्वल भविष्य की संरचना का संकल्प कर चुका है। सूक्ष्म जगत् में वह प्रवाह उमड़ पड़ा है। उसे स्थूल-दृश्य रूप देने के लिए शरीरधारी ईश्वरनिष्ठों की आवश्यकता है। ऐसे श्रद्धावान् व्यक्ति चाहिए, जो दैवी संकल्प का एक-एक, छोटा-छोटा अंश अपने जीवन में धारण करें, उसे आचरण में लाकर वातावरण बदलना प्रारम्भ करें।'

इसे यों भी कह सकते हैं कि उज्ज्वल भविष्य रचने के लिए महाकाल ने नैष्ठिकों को सक्रिय साझेदारी के लिए आमंत्रित किया है। इतिहास साक्षी है कि युग परिवर्तन करने वाली अवतारी चेतना के साथ साझेदारी अनुपम सौभाग्य का आधार बनती है। रीछ-वानरों, गीद्ध-गिलहरी, ग्वाल-पाण्डव, बुद्ध के चीवरधारी आदि ऐसे ही सौभाग्यशाली थे।

वर्तमान परिवर्तन प्रवाह में, महाकाल के साथ साझेदारी के सूत्र हैं-उपासना, साधना, आराधना और दो तप- समयदान एवं अंशदान।

४-१-१. उपासना-(पास बैठना) अपनी चेतना को सांसारिक विषयों से समेट कर, परमात्म चेतना के निकट ले जाना, उससे भावनात्मक आदान-प्रदान करना, उससे एक होने का प्रयास करना।

विधि- भावना की जाय कि जिस तरह उगते सूर्य का प्रकाश हमें चारों ओर से घेर लेता है, उसी प्रकार हमारे आवाहन से परमात्म चेतना हमारे सब ओर छा गयी है। गायत्री मंत्र के जप के माध्यम से

में धारण कर रहे हैं। यह प्रयोग कम से कम पाँच मिनट नित्य किया जाये। अधिक हो सके तो अच्छा है।

४-१-२. साधना- (अपने जीवन को ईश्वरीय अनुशासन के अनुरूप ढालना) अंत:प्रेरणा, स्वाध्याय, सत्संग आदि माध्यमों से उज्ज्वल भविष्य के अनुरूप प्रवृत्तियाँ एवं अभ्यास डालने का प्रयास किया जाये। सत्प्रवृत्तियों, सत्प्रयासों को संकल्पपूर्वक अपनाया, जगाया और बढ़ाया जाये।

विधि- महाकाल की प्रेरणा से पूज्य गरुदेव ने उज्ज्वल भविष्य की ओर बढ़ने योग्य, जीवन के हर पक्ष को अपनी तप साधना से सिद्ध करके, युग साहित्य के रूप में सबके लिए सुलभ बना दिया है। युग साहित्य का अध्ययन, मनन-चिंतन नियमित करने से जीवन साधना का प्रखर क्रम चल पड़ता है। पूज्यवर के विचारों को आत्मसात् करने के लिए मिशन की पत्रिका या पुस्तिका का न्यूनतम एक लेख नित्य पढ़ें।

४-१-३. आराधना- (अपने पुरुषार्थ से परमात्मा की सेवा का प्रयास करना) परमात्मा अरूप-अशरीर है, उसे शरीधारियों की सेवा की आवश्यकता नहीं है। किन्तु यह संसार उसका दृश्य रूप है ऐसा मानकर उसके इस सुन्दर बगीचे को और अधिक सुन्दर बनाने का प्रयास करना ही सच्ची ईश्वर आराधना है।

मनुष्य एक ऐसा प्राणी है, जिसकी मूल आवश्यकताएँ बहुत कम हैं और क्षमताएँ बहुत बड़ी हैं। अपनी क्षमताओं का उपयोग केवल अपने लिए किया जाये, तो जीवन में व्यसन बढ़ाने होंगे। इसलिए मानवी क्षमताओं का भरपूर प्रयोग करने के इच्छुक समझदारों के लिए एक ही रास्ता रह जाता है कि अपनी शेष क्षमताओं का उपयोग ईश्वर आराधना, सेवा-साधना के लिए ही करें। ऐसा न करने पर या तो क्षमताओं का जागरण ही नहीं होगा अथवा दुरुपयोग होने लगेगा। जो व्यक्ति लोक सेवा के लिए अपनी क्षमताएँ लगाने का

प्रयास करते हैं, उन्हें दैवी शक्ति प्रवाह मिलने लगता है, क्षमताएँ बढ़ती हैं और सुख-सौभाग्य का सृजन करके सार्थक कहलाती हैं।

विधि- उज्ज्वल भविष्य की दिशा में बढ़ने के जो सूत्र अपने हाथ उपासना-साधना के माध्यम से आयें, उन्हें अपने परिचित परिजनों में, समाज में जन-जन तक प्रसारित करने का भाव भरा प्रयास करते रहें। उज्ज्वल भविष्य की प्रार्थना-गायत्री उपासना करने तथा मिशन के विचारों के अध्ययन की प्रेरणा दें।

४-१-४. दो तप- उपासना, साधना, आराधना को जीवन में स्थान देने के लिए दो तप करने पड़ते हैं- (१) समयदान (२) अंशदान।

समयदान- समय मनुष्य की मूल सम्पदा है। समय समाप्त अर्थात् जीवन समाप्त। जब तक जीवन है, तब तक समय है। जो निर्जीव जीवन जीते हैं, उन्हें भगवान् के लिए समय खोजे नहीं मिलता; जबकि भगवान् ने सबको बिना भेद-भाव के प्रतिदिन २४ घंटे का समय दिया है।

विधि- संकल्प करें कि २४ घंटे में से कम से कम एक घंटे का समय सेवा-साधना के लिए निकालेंगे। मनुष्य की हर योग्यता हर विभूति उसके समय के साथ जुड़ी है। भगवान् की दी विभूतियाँ भगवान् के लिए लगानी हैं, तो समय भगवान् के लिए निकालना ही होगा।

अंशदान- सारे पदार्थ, सारे साधन भगवान् के बनाये हुए हैं। मनुष्य अपने उपयोग के लिए उनमें थोड़ा हेर-फेर भर कर सकता है। परमात्मा के बनाये साधन, परमात्मा की दी विभूतियों के सहारे हमने अपने अधिकार में ले रखे हैं। उनका एक अंश भी भगवान् के निमित्त न निकाल पाना स्वयं अपने दुर्भाग्य को न्यौता देना है।

विधि- संकल्प करें कि सत्साहित्य प्रसार के लिए न्यूनतम ५० पैसा प्रतिदिन अवश्य निकालेंगे। जिनसे बन पड़े, वे एक

दिन की आजीविका दें।

४-२. क्रिया और भावना- उज्ज्वल भविष्य की रचना के लिए महाकाल के साथ साझेदारी के लिए उपासना, साधना, आराधना, समयदान एवं अंशदान के सम्बन्ध में जो व्रत लिये हैं, उनका संकल्प ग्रहण करना है।

साझेदारी के इच्छुक व्यक्ति संकल्प सूत्र-कलावा बाँये हाथ में लें, दाहिने से उसे ढँक लें। संकल्प करें-

-हम ईश्वर का अनुशासन स्वीकार करते हैं-

ॐ ईशानुशासनम्-स्वीकरोमि।

-मर्यादाओं का पालन करेंगे- **ॐ मर्यादां/चरिष्यामि।**

-जो वर्जित हैं, वे आचरण नहीं करेंगे-**ॐ वर्जनीयं/नो चरिष्यामि।**

संकल्प सूत्र मस्तक से लगायें और गायत्री मंत्र का एक साथ उच्चारण करते हुए परस्पर बाँध लें।

अब हाथ जोड़कर प्रार्थना करें (दुहरवायें)—

हे महाकाल! उज्ज्वल भविष्य की/ रचना के लिए/ अपने संकल्पों को/ पूरा करने के लिए/ हमें उपयुक्त शक्ति/ मनोवृत्ति तथा प्रेरणा दें। हे प्रभो! हमारे संकल्प पूरे हों/ हम सुख-सौभाग्य/ श्रेय, पुण्य/ तथा आपकी कृपा के/ अधिकारी बनें। आपसे दिव्य अनुदान पाने/ और उन्हें/ जन-जन तक पहुँचाने की/ हमारी पात्रता बढ़ती रहे।

निर्देश - व्रत निर्धारण अपने मन में भावनापूर्वक कर लें और उनका निष्ठापूर्वक निर्वाह करें।

५. कलश पूजनम्

५-१. प्रेरणा- परमात्मा की शक्ति धाराएँ, देवशक्तियाँ विश्व की व्यवस्था बनाने में जुटी रहती हैं। हम लोकमंगल के लिए यज्ञ कर रहे हैं। ऐसे कार्यों में देव शक्तियाँ अवश्य सहयोग करती हैं, हम उनका आवाहन करते हैं, ताकि वे हमें मार्गदर्शन दें, शक्ति दें। क्या हमारे बुलाने से देव शक्तियाँ आयेंगी ? हाँ! यदि हमारी श्रद्धा-भावना

और श्रेष्ठ कर्म करने की ललक उनकी क़सौटी पर खरी उतरती हैं, तो वे प्रार्थना स्वीकार करती हैं।

सभी देव शक्तियों को हम कलश में स्थापित करते हैं। कलश ब्रह्माण्ड का प्रतीक है। इसमें धारण करने की क्षमता है-पात्रता है और श्रद्धा रूप जल है। विभिन्न प्रकार के देवता एक साथ सहयोगपूर्वक रह लेते हैं, इसीलिए देवता कहलाते हैं।

५-२. क्रिया और भावना- निर्धारित प्रतिनिधि कलश पूजन करें। मंत्रोच्चार के समय सब लोग हाथ जोड़कर मन ही मन प्रार्थना करें।

हे देव! हमारी श्रद्धा निखारें। हे देव! सत्कार्य करने की हमारी प्रवृत्ति उभरे। हे देव! भिन्न-भिन्न स्वभाओं और भिन्न-भिन्न योग्यताओं को, सत्कार्यों के लिए एक जुट होना सिखायें।

ॐ कलशस्य मुखे विष्णुः, कण्ठे रुद्रः समाश्रितः।
मूले त्वस्य स्थितो ब्रह्मा, मध्ये मातृगणाः स्मृताः ॥१॥
कुक्षौ तु सागराः सर्वे, सप्तद्वीपा वसुन्धरा।
ऋग्वेदोऽथ यजुर्वेदः, सामवेदो ह्यथर्वणः ॥२॥
अंगैश्च सहिताः सर्वे, कलशन्तु समाश्रिताः।
अत्र गायत्री सावित्री, शान्ति-पुष्टिकरी सदा ॥३॥
त्वयि तिष्ठन्ति भूतानि, त्वयि प्राणाः प्रतिष्ठिताः।
शिवः स्वयं त्वमेवासि, विष्णुस्त्वं च प्रजापतिः ॥४॥
आदित्या वसवो रुद्रा, विश्वेदेवाः सपैतृकाः।
त्वयि तिष्ठन्ति सर्वेऽपि, यतः कामफलप्रदाः ॥५॥
त्वत्प्रसादादिमं यज्ञं, कर्तुमीहे जलोद्भव।
सान्निध्यं कुरु मे देव, प्रसन्नो भव सर्वदा ॥६॥

६. गुरु वन्दना

६.१. प्रेरणा- परमात्म चेतना दो रूपों में कार्य करती है। एक रूप है-नियन्ता का, जो सारे विश्व को अनुशासन में चलाता है। सही चलने वालों को पारितोषिक तथा गलत चलने वालों को दण्ड देता हैं।

दूसरा है- गुरु; जो विश्व व्यवस्था के अनुशासन समझाता है। उनको जीवन के अभ्यास क्रम में शामिल करने के लिए प्रेरणा, मार्गदर्शन, सहयोग देता है।

हम यज्ञ के माध्यम से उज्ज्वल भविष्य की ओर बढ़ने की दिशा, शक्ति और प्रवृत्ति चाहते हैं। इसलिए गुरुदेव का श्रद्धापूर्वक आवाहन-वन्दन करते हैं।

६.२. क्रिया और भावना- प्रतिनिधि देव मंच पर गुरुदेव के प्रतीक का पूजन करें। सभी लोग हाथ जोड़कर मन्त्रोच्चारण के साथ भावना करें- हे परम कृपालु! हमें मार्गदर्शन और सहयोग देने के लिए अपनी उपस्थिति का बोध बराबर कराते रहें-हमें भटकने न दें, जगाते रहें-बढ़ाते रहें।

ॐ अखण्डमण्डलाकारं, व्याप्तं येन चराचरम्।
तत्पदं दर्शितं येन, तस्मै श्रीगुरवे नमः॥
यथा सूर्यस्य कान्तिस्तु,श्रीरामे विद्यते हि या।
सर्वशक्तिस्वरूपायै, देव्यै भगवत्यै नमः॥
ॐ श्रीगुरवे नमः, आवाहयामि, स्थापयामि, ध्यायामि।

७. देव नमस्कारः

७-१. प्रेरणा- नमन का अर्थ है- अभिवादन-प्रणाम। देव शक्तियों का अभिवादन अर्थात् उनका सम्मान करना। हमारे मन का झुकाव देवत्व की ओर होना चाहिए। प्रणाम नम्रता-शालीनता का भी प्रतीक है। जो विनम्र होता है, सो पाता है; इस उक्ति का अर्थ है कि सज्जन-शालीन को सब लोग कुछ देना चाहते हैं, उद्दण्ड अहंकारी को नहीं।

हमारा अभ्यास देवत्व की ओर अग्रगमन का बने। देवत्व के नौ स्रोत-स्वरूप यहाँ दर्शाये गये हैं। जहाँ ये शक्तियाँ समाज में दिखें, वहीं झुकना कल्याणकारी है।

७-२. क्रिया और भावना- सभी लोग हाथ जोड़ें। जिस

क्रम से कहा जाए उसी क्रम से देव शक्तियों का स्मरण करें। उन्हें नमन करें। वे हमें सही मार्ग प्रदान करती रहें। प्रगति के लिए सहयोग प्रदान करती रहें।

(हिन्दी के वचन सुनें, संस्कृत सूत्र दुहरायें।)

१-जो सदा देती रहती हैं और देते रहने की प्रेरणा प्रदान करती हैं, उन देव शक्तियों को नमन।

ॐ सर्वाभ्यो/ देवशक्तिभ्यो नमः।

२- जिन्होंने अपने आपको दिव्य बनाया और हमारे लिए दिव्य वातावरण बनाने हेतु स्वयं को खपाया, उन देवपुरुषों को नमन।

ॐ सर्वेभ्यो/ देवपुरुषेभ्यो नमः।

३- जिन्होंने अपने आप को जीता और सत्प्रवृत्ति -सम्वर्धन में प्राणपण से संलग्न रहे, उन महाप्राणों को नमन।

ॐ सर्वेभ्यो/ महाप्राणेभ्यो नमः।

४- जो मूढ़ता और अनीति से जूझने की सामर्थ्य प्रदान करते हैं, उन महारुद्रों को नमन।

ॐ सर्वेभ्यो/ महारुद्रेभ्यो नमः।

५- अंधकार से प्रकाश की ओर ले जाने वाले आदित्यों को नमन।

ॐ सर्वेभ्यो/ आदित्येभ्यो नमः।

६- ममता की मूर्ति, शुभ-सद्भाव जगाने वाली, कुपुत्रों को सुधारने वाली, सुपुत्रों को दुलारने वाली समस्त मातृशक्तियों को नमन।

ॐ सर्वाभ्यो/ मातृशक्तिभ्यो नमः।

७- जिनमें सुसंस्कारों की सुवास भरी है, जो हर सम्पर्क में आने वाले को पुण्य-प्रेरणा प्रदान करते हैं, उन दिव्य क्षेत्रों को नमन।

ॐ सर्वेभ्यः/ तीर्थेभ्यो नमः।

८ जिसके अभाव में मनुष्य अज्ञान-अधंकार में ही भटकता रह जाता है, उस महाविद्या को नमन।

ॐ महाविद्यायै नमः।

९- जिसे दुर्बलता से लगाव नहीं- जो उद्दण्डता को सहन नहीं करता, उस महाकाल को नमन।

ॐ एतत्कर्मप्रधान/श्रीमन्महाकालाय नमः।

८. पंचोपचार पूजनम्

८-१. प्रेरणा- जिसके प्रति वास्तविक श्रद्धा हो, तो उसका पूजन करने का मन होता है। पूजन में सम्मान की भावना को क्रिया रूप में व्यक्त किया जाता है। श्रद्धा को सक्रिय बनाना ही पूजन का वास्तविक स्वरूप है।

पूजन में कुछ अर्पित किया, चढ़ाया जाता है। जिनको हम श्रद्धा से नमन कर रहे हैं, उनका कार्य-प्रभाव क्षेत्र बढ़े, इसके लिए अपना योगदान देने के लिए मन आकुल-व्याकुल हो उठता है। यह श्रद्धा भरा सहयोग ही वास्तविक पूजन सामग्री है। पंचोपचार पूजन के पाँच प्रतीक हमारी पाँच प्रकार की सामर्थ्यों के प्रतीक हैं, जिन्हें हम देव शक्तियों के निमित्त अर्पित करते हैं।

८-२. क्रिया और भावना- देवमंच के पास नियुक्त प्रतिनिधि गन्धाक्षत, पुष्प, धूप, दीप एवं नैवेद्य मन्त्रोच्चार के साथ अर्पित करें। सभी लोग हाथ जोड़कर प्रार्थना सुनें-भावनाएँ अर्पित करें।

- हे देव! गन्ध-अक्षत के रूप में हमारे पुण्यकर्मों, हमारी अटूट श्रद्धा निष्ठा को स्वीकारें।
- हे देव! पुष्प के रूप में हमारे अन्तः का उल्लास आपको अर्पित है।
- हे देव! धूप दीप के रूप में हमारी प्रतिभा और योग्यता को स्वीकार करें।

हे देव! नैवेद्य के रूप में हमारे साधन-सम्पदा का एक अंश समर्पित है। इसे स्वीकार करें। (मन्त्र दुहरवायें)—

ॐ सर्वेभ्यो देवेभ्यो नमः/गन्धाक्षतं/पुष्पाणि/धूपं/दीपं/ नैवेद्यं समर्पयामि॥ ततो नमस्कारम् करोमि।

अब दोनों हाथ जोड़कर नमस्कार करें।

ॐनमोऽस्त्वनन्ताय सहस्रमूर्तये, सहस्रपादाक्षिशिरोरुबाहवे। सहस्रनाम्ने पुरुषाय शाश्वते, सहस्रकोटी युगधारिणे नमः॥

९. अग्नि स्थापनाम्

९-१. प्रेरणा- ऋग्वेद में अग्नि को आराध्य और पुरोहित कहा है। मनुष्य ने अग्नि-ऊर्जा का उपयोग जब से सीखा है, तभी से उसकी प्रगति के अगणित मार्ग खुलते चले गये। अग्नि आराध्य तो है ही, किन्तु साथ ही उसे पुरोहित, प्रगतिशील हित का मार्गदर्शक भी स्वीकार करना होगा। उसकी शिक्षाओं से जीवन का कल्याणकारी उपयोग सम्भव है। यह शिक्षाएँ हैं-

- अग्नि की गति ऊपर की ओर सहज ही है। अग्नि के सान्निध्य से मनुष्य ऊपर उठना सीख ले, तो पतन का प्रश्न ही न उठे।

- अग्नि स्वयं प्रकाशित है। मनुष्य अपनी प्रज्ञा को जाग्रत् रखे, तो अन्धकार-अज्ञान में भटकने की स्थिति ही न बने।

- अग्नि से गर्मी-ऊर्जा निकलती है। मनुष्य अपने अन्दर प्रतिभा जाग्रत् कर ले तो दीन-हीन क्यों रहे?

- अग्नि में मिलकर हर पदार्थ अग्नि रूप हो जाता है। हम भी ऊपर उठने, प्रकाश और ऊर्जा पैदा करने की प्रवृत्तियाँ अपने संसर्ग में आने वालों में पैदा कर सकते हैं।

- अग्निदेव को जो कुछ प्राप्त होता है, वह सब में समान रूप से वितरित कर देते हैं- अपने लिए कुछ बचाकर रखने की प्रवृत्ति अग्नि की नहीं है। हम भी संग्रह के स्थान पर वितरण की वृत्ति अपनाएँ।

अग्नि स्थापना के साथ अपने अन्दर इन्हीं सत्प्रवृत्तियों की स्थापना की प्रार्थना की जाती है। दीपक-अगरबत्ती की तरह हम भी तेजस् को धारण करने में समर्थ हों।

९-२. क्रिया और भावना- मंत्रोच्चार के साथ दीपक-

अगरबत्ती जलायें। मंच पर स्वयं सेवक अगरबत्तियों को क्रमश: जलायें, ताकि अंत तक क्रम चलता रहे।

यदि याजकों के पास थाली में दीपक-अगरबत्ती हैं, तो वे भी दीपक और अगरबत्ती जलायें। दीपक में घृत डालते रहने का क्रम बनाये रखें। अग्नि स्थापना के समय भावना करें-

- हे अग्नि देव! हमें ऊपर उठना सिखायें।
- हमें प्रकाश से भर दें।
- हमें शक्ति सम्पन्न बनायें।
- हमें आपके अनुरूप बनने तथा दूसरों को अपने अनुरूप बनाने की क्षमता प्रदान करें।
- हम भी आपकी तरह सुगन्धि और प्रकाश बाँटने लगें।

ॐ अग्ने नय सुपथा राये, अस्मान् विश्वानि देव वयुनानि विद्वान्। युयोध्यस्मज्जुहुराणमेनो, भूयिष्ठां ते नमऽउक्तिं विधेम।

१०. गायत्री स्तवनम्

१०.१- प्रेरणा- गायत्री महामंत्र का देवता है ''सविता''। सविता-प्रकाश, ऊर्जा, चेतना के आदि स्रोत को कहते हैं। भूमण्डल के लिए प्रत्यक्ष स्रोत सूर्य है, इसलिए सामान्य रूप से सविता से सूर्य की संगति बिठा ली जाती है। सविता को ज्योतिपुंज, दिव्य मण्डल के रूप में ही जाना जा सकता है। परमात्मा को उच्चतम आदर्शों-शक्तियों का समन्वय-समुच्चय कहा जाता है। इस प्रकार परमात्मा के प्रकट-भासित होने वाले स्वरूप को ही सविता कहा गया है।

गायत्री स्तवन में उसी प्राण शक्ति के, प्रकाश एवं ऊर्जा के आदि स्रोत, चेतना युक्त दिव्य मण्डल को संबोधित किया गया है। उसकी महानत्ताओं, दिव्य क्षमताओं का स्मरण करते हुए उनसे प्रार्थना की गयी है कि वह हमें पवित्र बनाये।

वह ''सविता'' अनादि, स्वप्रकाशित, सभी लोकों का प्रकाशक, सभी तेजों का विशाल पुंज है। दु:ख-दारिद्र्य, व्याधियों, आदि का

नष्ट करने वाला है। वह त्रैलोक्य में देवों, सिद्धों, ऋषियों सभी जनों से पूजित है। उसकी महिमा का गान वेदों, ज्ञानियों, सिद्धों, चारणों ने किया है। वह उत्पत्ति, पालन और प्रलय की शक्तियों से युक्त, काल का भी काल (महाकाल) अनादि रूप है। वही सब प्राणियों में विशुद्ध आत्मतत्त्व के रूप में स्थित होकर सबका पालन-नियंत्रण करता है। वह अगम्य है, ज्ञान का घन है, सूक्ष्म अन्तःकरण के योग से उसका बोध होता है। सिद्ध-योगीजन उस तक पहुँचने के लिए योग मार्ग का अनुसरण करते हैं। जिसका स्मरण वेदज्ञ, ब्रह्मज्ञ सदैव करते रहते हैं। उस दिव्य ज्ञानपुंज को नमन करते हुए हम उससे बार-बार उस पवित्रता की याचना करते हैं, जो हमें उसकी कृपा का पात्र बनाए रख सके।

२. क्रिया और भावना- सभी याजक गायत्री स्तवन सुनें- अन्तिम चरण ''पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यं'' स्वयं भी दुहरायें। मन से प्रार्थना करें कि हमारी भावना, विचारणा, स्वभाव को इतनी पवित्रता प्राप्त हो कि हम देव प्रयोजन में सक्रिय-सहयोगी बन सकें। (समयावधि के अनुसार हिन्दी या संस्कृत में पाठ करें)

ॐ यन्मण्डलं दीप्तिकरं विशालं,
रत्नप्रभं तीव्रमनादिरूपम्।
दारिद्र्य-दुःखक्षयकारणं च,
पुनातु मां तत्सवितुर्वरेण्यम् ॥ १ ॥

शुभ ज्योति के पुंज, अनादि, अनुपम।
ब्रह्माण्ड व्यापी आलोक कर्त्ता॥
दारिद्र्य, दुःख भय से मुक्त कर दो।
पावन बना दो हे देव सविता॥ १ ॥

यन्मण्डलं देवगणैः सुपूजितं,
विप्रैः स्तुतं मानवमुक्तिकोविदम्।
तं देवदेवं प्रणमामि भर्गं। पुनातु० ॥ २ ॥

ऋषि देवताओं से नित्य पूजित।
हे भर्ग! भव बन्धन-मुक्ति कर्त्ता॥
स्वीकार कर लो वंदन हमारा। पावन० ॥ २ ॥

यन्मण्डलं ज्ञानघनं त्वगम्यं,
त्रैलोक्यपूज्यं त्रिगुणात्मरूपम्।
समस्त-तेजोमय-दिव्यरूपं। पुनातु० ॥ ३ ॥

हे ज्ञान के घन, त्रैलोक्य पूजित।
पावन गुणों के विस्तार कर्त्ता॥
समस्त प्रतिभा के आदि कारण। पावन० ॥ ३ ॥

यन्मण्डलं गूढमतिप्रबोधं,
धर्मस्य वृद्धिं कुरुते जनानाम्।
यत् सर्वपापक्षयकारणं च। पुनातु० ॥ ४ ॥

हे गूढ़ अन्तःकरण में विराजित।
तुम दोष-पापादि संहार कर्त्ता॥
शुभ धर्म का बोध हमको करा दो। पावन० ॥ ४ ॥

यन्मण्डलं व्याधिविनाशदक्षं,
यदृग्-यजुः-सामसु सम्प्रगीतम्।
प्रकाशितं येन च भूर्भुवः स्वः। पुनातु० ॥ ५ ॥

हे व्याधि-नाशक, हे पुष्टिदाता।
ऋग्, साम, यजु वेद संचार कर्त्ता॥
हे भूर्भुवः स्वः में स्व प्रकाशित। पावन० ॥ ५ ॥

यन्मण्डलं वेदविदो वदन्ति,
गायन्ति यच्चारण-सिद्धसंघाः,
यद्योगिनो योगजुषां च संघाः। पुनातु० ॥ ६ ॥

सब वेदविद् चारण, सिद्ध योगी।
जिसके सदा से हैं गान कर्त्ता॥
हे सिद्ध सन्तों के लक्ष्य शाश्वत। पावन० ॥ ६ ॥

यन्मण्डलं सर्वजनेषु पूजितं,
ज्योतिश्च कुर्यादिह मर्त्यलोके।
यत्काल-कालादिमनादिरूपम्। पुनातु० ॥७॥

हे विश्व मानव से आदि पूजित।
नश्वर जगत् में शुभ ज्योति कर्त्ता॥
हे काल के काल-अनादि ईश्वर। पावन० ॥ ७ ॥

यन्मण्डलं विष्णुचतुर्मुखास्यं,
यदक्षरं पापहरं जनानाम्।
यत्कालकल्पक्षयकारणं च। पुनातु० ॥ ८ ॥

हे विष्णु ब्रह्मादि द्वारा प्रचारित।
हे भक्त पालक, हे पाप हर्त्ता॥
हे काल-कल्पादि के आदि स्वामी। पावन० ॥ ८ ॥

यन्मण्डलं विश्वसृजां प्रसिद्धं,
उत्पत्ति-रक्षा-प्रलयप्रगल्भम्।
यस्मिन् जगत्संहरतेऽखिलं च। पुनातु० ॥ ९ ॥

हे विश्व मण्डल के आदि कारण।
उत्पत्ति-पालन-संहार कर्त्ता॥
होता तुम्हीं में लय यह जगत् सब। पावन० ॥ ९ ॥

यन्मण्डलं सर्वगतस्य विष्णोः,
आत्मा परंधाम-विशुद्धतत्त्वम्
सूक्ष्मान्तरैर्योगपथानुगम्यम्। पुनातु० ॥ १० ॥

हे सर्वव्यापी, प्रेरक नियन्ता।
विशुद्ध आत्मा, कल्याण कर्त्ता॥
शुभ योग पथ पर हमको चलाओ। पावन० ॥ १० ॥

यन्मण्डलं ब्रह्मविदो वदन्ति,
गायन्ति यच्चारण-सिद्धसङ्घाः।
यन्मण्डलं वेदविदः स्मरन्ति। पुनातु० ॥ ११ ॥

हे ब्रह्मनिष्ठों से आदि पूजित।
वेदज्ञ जिसके गुणगान कर्त्ता॥
सद्भावना हम सब में जगा दो। पावन० ॥ ११ ॥

यन्मण्डलं वेद-विदोपगीतं,
यद्योगिनां योगपथानुगम्यम्।
तत्सर्ववेदं प्रणमामि दिव्यं। पुनातु ० ॥१२॥

हे योगियों के शुभ मार्गदर्शक।
सद्ज्ञान के आदि संचार कर्त्ता।
प्रणिपात स्वीकार लो हम सभी का। पावन० ॥ १२ ॥

११. गायत्री मंत्राहुतिः

११.१. प्रेरणा- देव संस्कृति में यज्ञ बहुत व्यापक अर्थों में लिया जाता है। उच्च आदर्शों को जीवन में प्रयुक्त करने के लिए किये गये संकल्पबद्ध प्रयासों को यज्ञ कहा जाता रहा है। ज्ञान-यज्ञ, भूदान-यज्ञ, नेत्रदान-यज्ञ आदि शब्दों के भाव से सभी परिचित हैं। इनमें कहीं अग्निहोत्र नहीं होता, फिर भी ये यज्ञ कहे जाते हैं।

युग निर्माण अभियान के अन्तर्गत यही प्रयास किया जाता रहा है कि जन-जन को यज्ञीय-आदर्शनिष्ठ, परमार्थनिष्ठ, परमार्थपरक पुरुषार्थ करते रहने की प्रेरणा दी जाये, उसका अभ्यास कराया जाये। इस अभियान में अग्निहोत्र को कम और जीवन यज्ञ प्रक्रिया को सदैव अधिक महत्त्व दिया जाता रहा है।

प्रत्यक्ष यज्ञों के तीन पक्ष होते हैं। एक अग्निहोत्र, दूसरा मंत्र प्रयोग और तीसरा साधकों- याजकों की श्रद्धा-भावना। इन तीनों के संयोग से ही यज्ञ बनता है।

दीप यज्ञ में अग्निहोत्र को स्वचालित (आटोमैटिक) प्रक्रिया के रूप में देखा जा सकता है। दीपक में घी और अगरबत्तियों में हवन सामग्री की आहुति स्वचालित ढंग से चलती रहती है। उसके साथ

जोड़ने होते हैं, मंत्र और श्रद्धा भावना। कुण्ड में हाथ से आहुति डालने की क्रिया पर ध्यान रखने के कारण मंत्र ओर भावनाओं पर पूरी एकाग्रता नहीं बन पाती। दीप यज्ञ में आहुतियाँ स्वचालित हो जाने से उधर ध्यान बँटाने की आवश्यकता नहीं रह जाती। साधक पूरे मनोयोग से मंत्र और भावना के साथ एकात्मता स्थापित कर सकते हैं। इसीलिए दीपयज्ञ अधिक प्रभावशाली सिद्ध हो रहे हैं।

११.२. क्रिया और भावना- सभी याजक ध्यान मुद्रा में बैठें। (एक जयकारा बुलवायें और नीचे लिखी प्रार्थना खण्ड-खण्ड करके दुहरवायें।)

-हे यज्ञदेव! युगशक्ति-महाकाल के/महा संकल्प में /हम अपने स्नेह/और सद्भाव की आहुतियाँ/श्रद्धापूर्वक दे रहे हैं।

-इन आहुतियों की सुगन्धि के/प्रभाव से /सूक्ष्म जगत् का शोधन होता चले/नवयुग के अवतरण के लिए/दिव्य वातावरण बने।

क्रिया और भावना- यह प्रार्थना दुहराने के बाद सस्वर गायत्री मंत्र स्वाहा सहित एक साथ बोला जाय। '**इदं गायत्र्यै इदं न मम**' भी कहा जाय। २४ या समयावधि के अनुसार १२ बार आहुतियाँ दी जायें। भावना की जाय कि इस सामूहिक आध्यात्मिक प्रयोग से एक प्रचण्ड ऊर्जा पैदा हो रही है, जिससे सूक्ष्म जगत् का शोधन हो रहा है। इस प्रयास में हम जो साधन-श्रद्धा लगा रहे हैं। वह सब परमात्मा की दी हुई हैं, उन्हीं के दिव्य अनुदान उन्हीं के लिए अर्पित किये जा रहे हैं।

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् स्वाहा। इदं गायत्र्यै इदं न मम।

-यजु० ३६.३

(आवश्यकतानुसार जन्म-दिन, विवाह-दिन के उपलक्ष्य में भगवान महाकाल को महामृत्युञ्जय मंत्र से आहुतियाँ दी जायें।)

१२. महामृत्युञ्जय मन्त्राहुतिः

१२.१ प्रेरणा- मृत्युरूप बंधनों से छुड़ाने वाले एवं अमृततुल्य सूत्रों से जोड़ने वाले भगवान् महाकाल हैं। उनसे अवाञ्छनीयताएँ दूर करने एवं उज्ज्वल भविष्य प्राप्त करने की प्रार्थना करते हुए महामृत्युञ्जय मंत्र से आहुतियाँ समर्पित की जा रही हैं।

१२.२-क्रिया एवं भावना- सभी याजक ध्यान मुद्रा में बैठें, भगवान् महाकाल का ध्यान करते हुए भावना करें कि वे हमारी क्षुद्रता को महानता में, संकीर्णता को उदारता में बदल रहे हैं। (महामृत्युञ्जय मंत्र से समयानुसार ३ या ५ आहुतियाँ समर्पित करें।)

ॐ त्र्यम्बकं यजामहे, सुगन्धिम्पुष्टिवर्धनम्।
उर्वारुकमिव बन्धनान्, मृत्योर्मुक्षीय माऽमृतात् स्वाहा ॥
इदं महामृत्युञ्जयाय इदं न मम॥

-यजु० ३.६०

१३. पूर्णाहुतिः

१३.१ प्रेरणा- परमात्मा अपने आप में पूर्ण है। प्रकृति जिस कार्य को प्रारंभ करती है, उसे पूर्णता तक पहुँचाती है। किसी कार्य को अपूर्ण छोड़ देना प्रकृति के नियमों का उल्लंघन करना है। यज्ञ जैसे आध्यात्मिक प्रयोगों को तो पूर्णता तक पहुँचाया ही जाना चाहिए।

गीता में भगवान् श्रीकृष्ण ने कहा है कि यह सृष्टि यज्ञमय बनायी गयी है। प्रकृति का हर पुरुषार्थ यज्ञीय भावना-परमार्थ प्रक्रिया के अनुशासन में ही चल रहा है। शरीर का प्रत्येक अंग ''पूर्ण है'', किन्तु शरीर का क्रम संयुक्त पुरुषार्थ से चलता है। जल, अग्नि, वायु सभी अपने आप में पूर्ण हैं, किन्तु इनके सहयोग-संयोग से ही वृक्ष, वनस्पतियों, खेती आदि का चक्र चलता है, जीवन के विकास के लिए, पूर्णता के लिए, यज्ञीय प्रक्रिया अनिवार्य है।

जीवन को यज्ञमय बनाना यज्ञ की पूर्णता है; किन्तु यज्ञ आधे-

अधूरे मन से नहीं होता। दीपक अधूरा हो-पूर्ण न हो, तो ज्योति धारण नहीं कर सकता। अगरबत्ती में सभी घटक ठीक ढंग से सँजोये न जायें, तो सतत जलते रह कर सुगंधि फैलाना उसके लिए संभव नहीं होगा। इसी प्रकार भावना, विचारणा के संयोग से संकल्प बने और कर्म-पुरुषार्थ उसे धारण करें, तभी जीवन में यज्ञीय ऊर्जा एवं सुगंधि पैदा हो सकती है। दीपयज्ञ की पूर्णाहुति के अन्तर्गत हम श्रेष्ठ संकल्प जाग्रत् करके उन्हें अपने पुरुषार्थ से, जीवन प्रक्रिया से जोड़ते हैं- यही सच्ची पूर्णाहुति है।

१३.२. क्रिया और भावना- दाहिने हाथ में अक्षत-पुष्प लें। अक्षत अटूट निष्ठा के और पुष्प उल्लास के प्रतीक हैं।

भावना करें कि हम दीपयज्ञ से जाग्रत् दिव्य ऊर्जा को अपने अन्दर स्थापित कर रहे हैं। बाहर दीपकों से प्रकाश और अगरबत्तियों की सुगन्धि से वातावरण सुरम्य बन रहा है। हम अपने अन्दर संकल्प की अखण्ड-ज्योति और सत्कर्मों की सुगन्धि स्थापित करें।

अपने अंदर जो दोष-दुर्गुण जड़ जमाये बैठे हैं, उनमें से किसी एक को देवशक्तियों की साक्षी में छोड़ने का संकल्प लें। संकल्प सूत्र धारण करते समय जिन अनुशासन-अनुबन्धों को स्वीकार किया था, उनके न्यूनतम ही सही, नियमित प्रयोग का स्वरूप निश्चित करें। महाकाल की साक्षी में यज्ञीय, दिव्य वातावरण में पूर्णाहुति संकल्प करें।

(आगे दिया गया संकल्प खण्ड-खण्ड में सबसे दुहरवायें)

हम (अपना नाम लें)/भगवान महाकाल की साक्षी में/यज्ञ की/पूर्णाहुति के रूप में/यह सकंल्प लेते हैं/कि अपनी (बुराई का नाम लें) बुराई को/आज से छोड़ दिया। नित्य गायत्री मंत्र की/उपासना करेंगे। जप के समय भावना करेंगे कि/हम अपने अंदर/भगवान् के प्राण एवं प्रकाश को/धारण कर रहे हैं।

अपने दुर्गुणों को हटाने/श्रेष्ठ गुणों को बढ़ाने/मन को साधने के

लिए /युग साहित्य का स्वाध्याय/मनन, चिंतन/सत्संग/नियमित रूप से करेंगे।

समाज में उत्तम कार्यों/उत्तम विचारों/और उत्तम भावनाओं का/प्रचार-प्रसार/ईश्वर की आराधना मानकर करेंगे।

ईश्वर की साझेदारी के/इन अनुशासनों को/जीवन का एक अंग बनाते हैं।/इनके लिए/नित्य कम से कम/.......समय/ तथा........अंशदान/निकालते रहेंगे/यह अनुशासन जीवन भर पालेंगे।

हे यज्ञ रूप प्रभो!/हमारे अन्दर /सत्कर्मों की ऐसी सुगंधि पैदा करें/जिसके प्रभाव से /आस-पास के व्यक्तियों में भी/सत्कर्म करने की उमंगें उठें। इस प्रकार/दीप से दीप जलने लगें। (भावनापूर्वक पूर्णाहुति मंत्र बोलें।)

ॐ पूर्णमदः पूर्णमिदं, पूर्णात् पूर्णमुदच्यते।
पूर्णस्य पूर्णमादाय,पूर्णमेवावशिष्यते स्वाहा॥
ॐ सर्वं वै पूर्ण ᳪ स्वाहा॥

(अक्षत-पुष्प दीपयज्ञ की थाली में छोड़ दें अथवा स्वयंसेवक उन्हें एकत्रित करके देवमंच पर अर्पित करें।)

१४. आरती

१४.१. प्रेरणा- आरती, परमात्मा से- आर्तभाव से की गई प्रार्थना है। आरती की ज्योति आत्मा की प्रतीक होती है। आत्मचेतना को परमात्म चेतना के प्रति समर्पित रहना चाहिए। अपने क्रिया-कलापों को परमात्मा के आस-पास, उनके अनुशासनों की मर्यादा में ही चलाना-घुमाना चाहिए।

देवदूत, महापुरुष वही व्यक्ति होते हैं, जो अपनी जाग्रत् प्रतिभा, आत्म ज्योति को ईश्वरीय अनुशासनों के अनुरूप ही चलाते रहते हैं। उन्हें परमात्मा की समीपता का अनुभव बराबर होता रहता है। श्रेष्ठ विचार एवं श्रेष्ठ आचरण के लिए शक्ति प्रवाह के रूप में उन्हें परमात्मा की अनुकम्पा सतत मिलती रहती है। हम भी अपनी

प्रतिभा भगवान् को सौंप कर महान् बन सकते हैं।

१४.२. क्रिया और भावना- आरती तैयार करें। प्रतिनिधि उसे लेकर देव मंच के पास पहुँचें। जिन याजकों के पास दीप यज्ञ की थालियाँ हैं, वे जलते दीपकों सहित उन्हें उठाकर बैठे-बैठे ही आरती करें। नीचे लिखे अनुसार भावना हृदय में धारण कर आरती बोलें-

"हे ईश्वर ! हम महापुरुषों से प्रेरणा लेकर आपके प्रति समर्पित जीवन जीना सीखें। आपके अनुशासन में हमारा श्रम, समय, प्रभाव, ज्ञान, धन सभी चलें और धन्य बनें। हम भी महापुरुषों की तरह ऊपर उठें और आपकी समीपता का अनुभव करते रहें।"

ॐ यं ब्रह्मवेदान्तविदो वदन्ति, परं प्रधानं पुरुषं तथान्ये।
विश्वोद्गतेः कारणमीश्वरं वा, तस्मै नमो विघ्नविनाशनाय।
ॐ यं ब्रह्मा वरुणेन्द्ररुद्रमरुतः, स्तुन्वन्ति दिव्यैः स्तवैः,
वेदैः सांगपदक्रमोपनिषदैः, गायन्ति यं सामगाः।
ध्यानावस्थित-तद्गतेन मनसा, पश्यन्ति यं योगिनो,
यस्यान्तं न विदुः सुरासुरगणाः, देवाय तस्मै नमः ॥

ईश्वर को समर्पित व्यक्तियों से प्रेरणा प्राप्त करने के भाव से आरती ली जाय, उसमें अपना सहयोग देने की भावना से अंशदान चढ़ाया जाता है। (आरती सबके पास घुमाते रहें, हिन्दी की आरती गाते रहें।)

॥ गायत्री-स्तुति ॥

जयति जय गायत्री माता, जयति जय गायत्री माता।
आदि शक्ति तुम अलख निरंजन, जग पालन कर्त्री ॥
दुःख शोक भय क्लेश कलह, दारिद्र्य दैन्य हर्त्री ॥ जयति० ॥
ब्रह्मरूपिणी, प्रणतपालिनी, जगत् धातृ अम्बे।
भव-भय हारी, जन हितकारी , सुखदा जगदम्बे ॥ जयति० ॥
भयहारिणी भवतारिणि अनघे, अज आनन्द राशी।

अविकारी अघहरी अविचलित, अमले अविनाशी॥ जयति०॥
कामधेनु सत्‌चित् आनन्दा, जय गंगा गीता।
सविता की शाश्वती शक्ति, तुम सावित्री सीता॥ जयति०॥
ऋग्, यजु, साम, अथर्व प्रणयिनी, प्रणव महामहिमे।
कुण्डलिनी सहस्त्रार सुषुम्ना, शोभा गुण गरिमे॥ जयति०॥
स्वाहा स्वधा शची ब्रह्माणी, राधा रुद्राणी।
जय सतरूपा वाणी, विद्या, कमला, कल्याणी॥ जयति०॥
जननी हम हैं दीन-हीन, दुःख-दारिद के घेरे।
यदपि कुटिल कपटी कपूत तऊ, बालक हैं तेरे॥ जयति०॥
स्नेहसनी करुणामयि माता, चरण-शरण दीजै।
बिलख रहे हम शिशु-सुत तेरे, दया दृष्टि कीजै॥ जयति०॥
काम-क्रोध-मद-लोभ-दम्भ-दुर्भाव-द्वेष हरिये।
शुद्ध बुद्धि निष्पाप हृदय, मन को पवित्र करिये॥ जयति०॥
तुम समर्थ सब भाँति तारिणी, तुष्टि-पुष्टि त्राता।
सत मारग पर हमें चलाओ, जो है सुखदाता॥ जयति०॥
जयति जय गायत्री माता, जयति जय गायत्री माता॥

यज्ञ भगवान् की प्रार्थना

यज्ञ रूप प्रभो! हमारे, भाव उज्ज्वल कीजिये।
छोड़ देवें छल-कपट को, मानसिक बल दीजिए॥
वेद की बोलें ऋचाएँ, सत्य को धारण करें।
हर्ष में हों, मग्न सारे, शोक सागर से तरें॥
अश्वमेधादिक रचाएँ, यज्ञ पर-उपकार को।
धर्म मर्यादा चलाकर, लाभ दें संसार को॥
नित्य श्रद्धा भक्ति से, यज्ञादि हम करते रहें।
रोग-पीड़ित विश्व के, सन्ताप सब हरते रहें॥
कामना मिट जाय मन से, पाप अत्याचार की।
भावनाएँ शुद्ध होवें, यज्ञ से नर-नारि की॥

लाभकारी हो हवन, हर जीवधारी के लिए।
वायु-जल सर्वत्र हों, शुभ गन्ध को धारण किये॥
स्वार्थ भाव मिटे हमारा, प्रेम पथ विस्तार हो।
'इदं न मम' का सार्थक, प्रत्येक में व्यवहार हो॥
हाथ जोड़ झुकाएँ, मस्तक वन्दना हम कर रहे।
नाथ करुणा रूप ! करुणा,आपकी सब पर रहे॥
यज्ञ रूप प्रभो! हमारे, भाव उज्ज्वल कीजिए।
छोड़ देवें छल-कपट को,मानसिक बल दीजिए॥

१५. हमारा युग निर्माण सत्संकल्प

१५.१. प्रेरणा- सत्संकल्प हमारे मिशन के आधारभूत सिद्धान्तों और मान्यताओं का सार-संग्रह है। पूजा,जप आदि के अन्त में इसका पाठ नित्य किया करें। ऐसा करने से आपको न केवल श्रेष्ठ जीवन जीने की प्रेरणा मिलती रहेगी, वरन् आप मिशन की आत्मा को पहचान कर उसके साथ एकरस भी हो सकेंगे। (सत्संकल्प सामूहिक रूप से दुहराया जायें।)

१. हम ईश्वर को/सर्वव्यापी, न्यायकारी मानकर/उसके अनुशासन को/अपने जीवन में उतारेंगे।

२. शरीर को भगवान् का मंदिर समझकर/आत्म संयम और नियमितता द्वारा/आरोग्य की रक्षा करेंगे।

३. मन को कुविचारों और दुर्भावनाओं से/बचाये रखने के लिए/स्वाध्याय एवं सत्संग की/व्यवस्था रखे रहेंगे।

४. इन्द्रिय-संयम/अर्थ-संयम/समय-संयम/और विचार-संयम का/सतत अभ्यास करेंगे।

५. अपने आपको/समाज का एक अभिन्न अंग मानेंगे/और सबके हित में/अपना हित समझेंगे।

६. मर्यादाओं को पालेंगे/वर्जनाओं से बचेंगे/नागरिक कर्त्तव्यों

का पालन करेंगे/और समाजनिष्ठ बने रहेंगे।

७. समझदारी, ईमानदारी/जिम्मेदारी और बहादुरी को/जीवन का एक अविच्छिन्न अंग मानेंगे।

८. चारों ओर/मधुरता, स्वच्छता,/सादगी एवं सज्जनता का/वातावरण उत्पन्न करेंगे।

९. अनीति से प्राप्त सफलता की अपेक्षा/नीति पर चलते हुए/असफलता को शिरोधार्य करेंगे।

१०. मनुष्य के मूल्यांकन की कसौटी/उसकी सफलताओं/योग्यताओं/एवं विभूतियों को नहीं/उसके सद्विचारों और/सत्कर्मों को मानेंगे।

११. दूसरों के साथ/वह व्यवहार नहीं करेंगे/जो हमें अपने लिए पसंद नहीं।

१२. नर-नारी परस्पर/पवित्र दृष्टि रखेंगे।

१३. संसार में सत्प्रवृत्तियों के/पुण्य-प्रसार के लिए/अपने समय/ प्रभाव, ज्ञान/पुरुषार्थ एवं धन का/एक अंश नियमित रूप से लगाते रहेंगे।

१४. परम्पराओं की तुलना में/विवेक को महत्त्व देंगे।

१५. सज्जनों को संगठित करने/अनीति से लोहा लेने/और नवसृजन की गतिविधियों में /पूरी रुचि लेंगे।

१६. राष्ट्रीय एकता/एवं समता के प्रति/निष्ठावान् रहेंगे। जाति, लिंग/भाषा, प्रान्त/सम्प्रदाय आदि के कारण/परस्पर कोई भेद-भाव न बरतेंगे।

१७. मनुष्य अपने भाग्य का निर्माता आप है/ इस विश्वास के आधार पर/हमारी मान्यता है कि/हम उत्कृष्ट बनेंगे/और दूसरों को श्रेष्ठ बनायेंगे/तो युग अवश्य बदलेगा।

१८. 'हम बदलेंगे-युग बदलेगा'/ 'हम सुधरेंगे-युग सुधरेगा'/ इस तथ्य पर/हमारा परिपूर्ण विश्वास है।

१६. शान्ति-अभिषिंचनम्

१६.१- प्रेरणा- दीपयज्ञ के इस आध्यात्मिक प्रयोग से जो प्रेरणा और अनुदान प्राप्त हुए हैं, वे स्थिर हों, फलित हों, सभी तरह के पापों का शमन हो, सभी को शान्ति प्राप्त हो। इस भावना के साथ शान्ति पाठ करें।

जिन्हें मंत्र याद है, वे सभी हमारे साथ-साथ शान्ति पाठ करें।

(कार्यकर्त्तागण कलश का जल लेकर सब पर सिंचन करें।)

ॐ द्यौः शान्तिरन्तरिक्ष ७ शान्तिः, पृथिवी शान्तिरापः, शान्तिरोषधयः शान्तिः। वनस्पतयः शान्तिर्विश्वेदेवाः, शान्तिर्ब्रह्म शान्तिः, सर्व ७ शान्तिः, शान्तिरेव शान्तिः, सा मा शान्तिरेधि॥

ॐ शान्तिः ! शान्तिः !! शान्तिः !!!

सर्वारिष्टसुशान्तिर्भवतु॥

१७. विसर्जनम्

१७.१- प्रेरणा- जो दिव्य शक्तियाँ, दिव्य आत्मायें इस पुण्य कार्य में सहायोग के लिए कृपापूर्वक यहाँ आयीं, उन सबके प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए हम उन्हें उसी प्रकार सत्पुरुषों के सत्प्रयासों की पुनः-पुनः सहायता करने के लिए विसर्जित करते हैं।

पूजा मंच पर अक्षत छोड़ते हुए मंत्र बोलें। सभी याजक हाथ जोड़कर नमस्कार करें।

ॐ यान्तु देवगणाः सर्वे, पूजामादाय मामकीम्।
इष्टकाम समृद्ध्यर्थं, पुनरागमनाय च॥

१८. जय घोष

१८.१-प्रेरणा- जिनकी कृपा से ही हम सबका जीवन चल रहा है, उनकी जय-जयकार करें। मातृ-भूमि के प्रति अपना कर्त्तव्य याद करें। विश्व मानव के कल्याण की कामना करें। जो मिशन हमारे-आपके जीवन को अज्ञान के अंधकार से ज्ञान के प्रकाश की ओर ले जाने के लिए निरन्तर प्रयास कर रहा है, उसके निर्माणकारी सिद्धांतों व मान्यताओं के प्रति अपनी निष्ठा को अभिव्यक्त करें तथा उसकी सफलता के लिए अपनी मंगल कामना का घोष करें।

गायत्री माता की- जय।
यज्ञ भगवान् की- जय।
वेद भगवान् की- जय।
भारतीय संस्कृति की- जय।
भारत माता की- जय।
प०पू० गुरुदेव की-जय।
वंदनीया माता जी की - जय।
एक बनेंगे-नेक बनेंगे।
हम सुधरेंगे-युग सुधरेगा।
हम बदलेंगे-युग बदलेगा।
ज्ञान-यज्ञ की ज्योति जलाने-
हम घर-घर में जायेंगे।
नया सबेरा नया उज़ाला-
इस धरती पर लायेंगे।
नया समाज बनायेंगे-
नया जमाना लायेंगे।
जन्म जहाँ पर-हमने पाया
अन्न जहाँ का- हमने खाया।
वस्त्र जहाँ के-हमने पहने
ज्ञान जहाँ से- हमने पाया।
वह है प्यारा-
देश हमारा।
देश की रक्षा कौन करेगा-
हम करेंगे-हम करेंगे।
मानव मात्र-एक समान
नर और नारी-एक समान।
जाति वंश सब-एक समान
धर्म की-जय हो।
अधर्म का- नाश हो।
प्राणियों में- सद्भावना हो।
विश्व का-कल्याण हो।
सावधान! युग बदल रहा है।

सावधान !	नया युग आ रहा है।
हमारी युग निर्माण योजना-	सफल हो, सफल हो, सफल हो।
हमारा युग निर्माण सत्संकल्प-	पूर्ण हो, पूर्ण हो, पूर्ण हो।
इक्कीसवीं सदी-	उज्ज्वल भविष्य।
वन्दे-	वेद मातरम्।

गायत्री विद्या सैट

१.	गायत्री साधना और यज्ञ प्रक्रिया	६.००
२.	गायत्री की शक्ति और सिद्धि	६.००
३.	गायत्री की युगांतरीय चेतना	६.००
४.	गायत्री की प्रचंड प्राण ऊर्जा	६.००
५.	गायत्री की उच्चस्तरीय पाँच साधनाएँ	६.००
६.	देवताओं, अवतारों और ऋषियों की उपास्य गायत्री	६.००
७.	गायत्री के प्रत्यक्ष चमत्कार	६.००
८.	गायत्री का सूर्योपस्थान	६.००
९.	गायत्री और यज्ञ का अन्योन्याश्रित संबंध	६.००
१०.	गायत्री साधना से कुंडलिनी जागरण	६.००
११.	गायत्री का ब्रह्मवर्चस्	६.००
१२.	गायत्री पंचमुखी और एकमुखी	६.००
१३.	महिलाओं की गायत्री उपासना	६.००
१४.	गायत्री के दो पुण्य प्रतीक शिखा और सूत्र	६.००
१५.	गायत्री का हर अक्षर शक्तिस्रोत	६.००
१६.	गायत्री साधना की सर्वसुलभ विधि	६.००
१७.	गायत्री पंचरत्न	६.००
१८.	गायत्री के अनुष्ठान और पुरश्चरण साधनाएँ	६.००
१९.	गायत्री की चौबीस शक्तिधाराएँ	६.००
२०.	गायत्री विषयक शंका समाधान	६.००
२१.	गायत्री का वैज्ञानिक आधार	५.००
२२.	गायत्री महाविज्ञान (प्रथम भाग)	३२.००
२३.	गायत्री महाविज्ञान (द्वितीय भाग)	३२.००
२४.	गायत्री महाविज्ञान (तृतीय भाग)	३२.००

संपर्क सूत्र :

युग निर्माण योजना

गायत्री तपोभूमि, मथुरा-३

फोन : (०५६५) २५३०१२८, २५३०३९९

मिशन की पत्रिकाएँ

(१) अखण्ड ज्योति (मासिक)

(धर्म एवं अध्यात्म के तत्त्वज्ञान का विज्ञान एवं तर्क-तथ्य-प्रमाण की कसौटी पर खरा चिंतन)

वार्षिक शुल्क-९६.००, आजीवन शुल्क-१८००.०० रुपया।

अखण्ड ज्योति अंग्रेजी (द्वि-मासिक)

वार्षिक शुल्क-६०.०० रुपया।

पता : अखण्ड ज्योति संस्थान, घीयामण्डी, मथुरा-२८१००३

फोन : (०५६५) २४०३९४०

(२) युग निर्माण योजना (मासिक)

(व्यक्ति, परिवार, समाज निर्माण एवं सात आंदोलनों की मार्गदर्शक पत्रिका)

वार्षिक शुल्क-४८.००, आजीवन शुल्क-९००.०० रुपया।

युग शक्ति गायत्री (गुजराती मासिक)

(गायत्री महाविज्ञान, धर्म, अध्यात्म एवं युगानुकूल विचार परिवर्तन का मार्गदर्शन)

वार्षिक शुल्क-७५.००, आजीवन शुल्क-१५००.०० रुपया।

पता : युग निर्माण योजना, गायत्री तपोभूमि, मथुरा-२८१००३

फोन : (०५६५) २५३०१२८, २५३०३९९

(३) प्रज्ञा अभियान (पाक्षिक)

(युग निर्माण मिशन के क्रियाकलापों एवं मार्गदर्शन का समाचार-पत्र)

वार्षिक शुल्क-२४.०० रुपया।

पाक्षिक वीडियो पत्रिका : युग प्रवाह

(युग निर्माण मिशन के प्रमुख क्रियाकलापों की दृश्य-श्रव्य जानकारी)

वार्षिक शुल्क-१५००.०० रुपया।

पता : शांतिकुञ्ज, हरिद्वार (उत्तरांचल) फोन : ०१३३४-२६०६०२